

王荣华 著

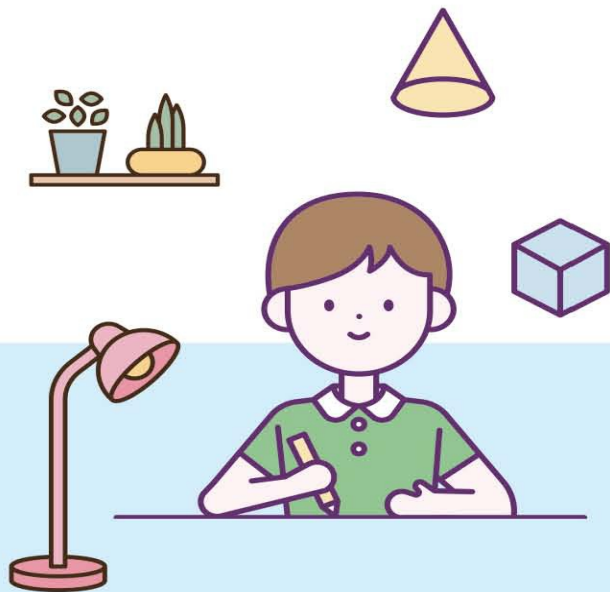
36种场景话术，帮助你
与孩子建立起平等的对话关系。

让孩子 自主学习的 父母话术

逐一击破孩子遇到的以下问题：
上课走神、学习拖拉、粗心大意、
考试焦虑、厌学逃学……



读懂孩子的逻辑
+
拿来即用的沟通方案



说通了，
孩子就会爱学习



让孩子 自主学习的 父母话术

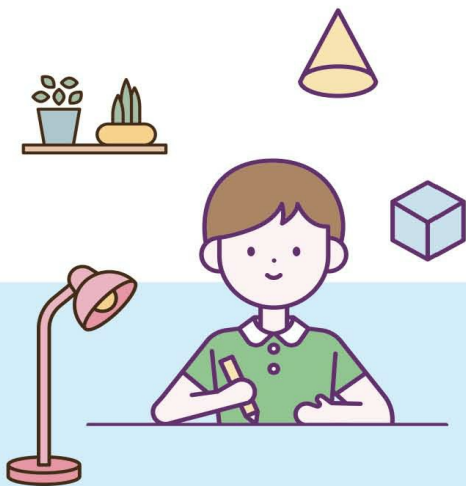
王荣华 著

36种场景话术，帮助你
与孩子建立起平等的
对话关系。

逐一击破孩子遇到的以下问题：
上课走神、学习拖拉、粗心大意、
考试焦虑、厌学逃学……



读懂孩子的逻辑
+
拿来即用的沟通方案



说通了，
孩子就会爱学习

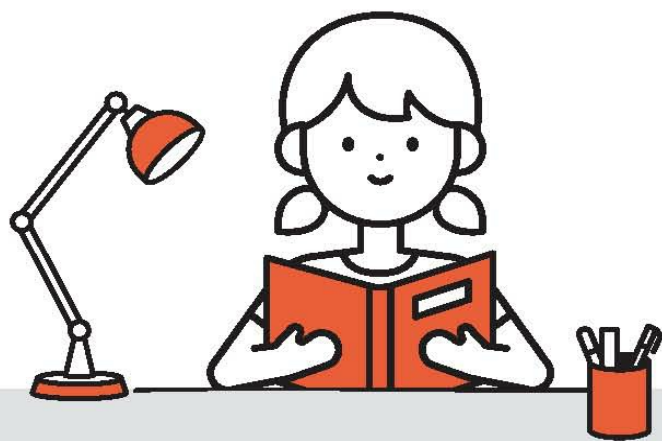


天津出版传媒集团
天津科学技术出版社

让孩子自主学习的

父母话术

王荣华著



天津出版传媒集团
天津科学技术出版社

图书在版编目（CIP）数据

让孩子自主学习的父母话术 / 王荣华著. -- 天津 :

天津科学技术出版社, 2022.9

ISBN 978-7-5742-0485-0

I. ①让... II. ①王... III. ①儿童教育—家庭教育

IV. ①G782

中国版本图书馆CIP数据核字(2022)第157307号

让孩子自主学习的父母话术

RANG HAIZI ZIZHU XUEXI DE FUMU HUASHU

责任编辑：李晓琳

出版：天津出版传媒集团

天津科学技术出版社

地址：天津市西康路35号

邮编：300051

电话：（022）23332695

网址：www.tjkjcs.com.cn

发行：新华书店经销

印刷：唐山市铭诚印刷有限公司

开本 880 1230 1/32 印张 5 字数 75 000

2022年9月第1版第1次印刷

定价：36.00元

前言

许多父母看见孩子不爱学习，在学习时一遇到困难便逃避，就忍不住唠叨，可是孩子听完父母的唠叨后，非但没有任何改变，反而更不爱学习了，这令父母感到更加焦虑。到底是哪里出了问题呢？

你可以仔细回顾一下，在与孩子沟通的时候，你的情绪是不是非常不稳定，急切地想要孩子按照你的想法去做，还常常说出粗暴的话语？父母望子成龙的急切心情可以理解，但是在教育和引导孩子时，一定要注意方式方法，尤其要注意沟通交流时的话术。

良好且有效的话术能够帮助孩子健康成长，不良且无效的话术会让孩子反感，滋生叛逆心理。比如父母说话带有指责、埋怨、质问、说教、嘲讽等语气，不仅会打消孩子学习的积极性，还会让孩子变得消极、不自信，这对他们的身心成长极其不利。所以父母要杜绝说出伤害孩子自尊心、打击孩子自信心的话语。例如，父母在辅导孩子学习时，难免会情绪失控，这时一定要先稳定自己的情绪，再思考孩子的问题究竟出在哪里，最后用正面的、积极的话语和孩子沟通，尝试给孩子正确的引导，这样才能真正有效地帮助到孩子。

本书囊括了孩子在学习常遇到的问题，如孩子不想去学校、不自主学习、写作业不用心、总是学了就忘、考试时紧张、边学边玩等。当出现这些情况时，家长可以翻开本书，书中提供了一些比较合理的话术建议，能够帮助你和孩子有效、和谐地沟通，从而建立良好的亲子关系，让孩子正视学习中遇到的问题，重视学习。

当父母和孩子建立起平等的对话关系时，亲子沟通的效率就会提高，父母提出的帮助孩子解决学习问题的建议才会被孩子接受；孩子的学习问题得以解决，学习状态就会慢慢改善，孩子就会更喜欢学习，更热爱学习。

Chapter1 让孩子专心上课的话术

上课动来动去不专心

有的孩子上课总喜欢东张西望，坐在座位上要么扭来扭去，动动胳膊动动腿，要么玩东西，要么打扰别的同学，老师提醒后没过一会儿又开始做各种小动作，总是不能认真听讲。有些父母得知孩子在课堂上的这些表现后，就会很不耐烦地说：

“老师说你上课总是坐不住，是不是这样？”

“你懂不懂遵守课堂纪律，不知道动来动去会影响别的同学听课吗？”

“老师讲的知识你都会了吗？上课的时候能不能安静点儿！”

“你这孩子是不是有多动症，走，带你去看看医生。”

“你都这么大了，能不能管好自己，别让爸爸妈妈跟着操心！”

如果父母用上述话语批评、指责孩子，孩子就会产生这样的感受：“爸爸妈妈听老师的。”“我也不是故意打扰同学的，爸爸妈妈就知道责怪我。”“我听不进去，我就是不喜欢上课。”孩子甚至还会产生“爸爸妈妈对我没耐心，他们不管我了”的自暴自弃心理。

其实，孩子多动是有原因的，主要受自身注意力、外部环境和遗传因素的影响，比较常见的原因有以下4点。

- 1 孩子上课注意力不集中，不能专心听老师讲课。
- 2 孩子不能安安静静地坐下来，一安静下来就难受。
- 3 孩子的无意识行为，并非故意要扰乱课堂纪律。
- 4 孩子不能专心听课导致其学习困难，上课听不懂，不喜欢上课。

父母若听到老师反映孩子在课堂上小动作多，就要结合平时对孩子的观察，找到真正导致孩子多动的原因，引导孩子克服并改正，而不是用不耐烦的情绪应付。父母可以这

样说：

“我听老师说你在课堂上比较爱动，真的是这

样吗？”

“是不是上课时身体不舒服，可以和爸爸/妈妈说

说吗？”

“爸爸/妈妈知道你不是故意做小动作，也不是故意影响别的同学听课。你愿意改正吗？”

“如果你不专心听讲，就会错过老师讲的知识

点哦！”

“如果你总是动来动去，就会跟不上老师的讲课进度，就会做不好作业，考试成绩就不会好，你一定不想这样吧？”

“在课堂上做小动作，会影响老师讲课的心情，耽误大家的时间。”

“做小动作或与同学交头接耳，会影响别的同学听课的。”

“如果大家都不遵守课堂纪律，都做小动作，那老师就没法上课了，你

说对不？”

“课堂是老师讲课、学生学知识的地方，上课前要提醒自己专心听老师讲课。”

“上课的时候要努力克服自己的小动作，集中注意力，跟上老师的讲课进度。”

父母用认真的态度、郑重的话语跟孩子沟通，能让孩子真正意识到自己的问题，这样孩子不但不会自暴自弃，还会努力改正不好的课堂表现，认认真真地听课。

课堂上开小差

有的孩子上课时看起来很安静，不会动来动去，也不会与同学交头接耳，但常常出现发呆、思绪不在课堂上的情况。老师提醒后，孩子只能专心听讲一小会儿，然后思绪就又“飞走”了。父母担心孩子课堂上开小差会影响学习，就指责孩子说：

“老师在课堂上讲得绘声绘色，你倒好，没有一句认真听的！”

“别的同学都能认真听课，就你上课不知道在想啥！”

“真不知道你的脑袋瓜里装的是什么！”

“上课不认真听讲，看你考试怎么办！”

“我告诉你啊，不要让我再听到老师说你上课开小差！”

以上话语会让孩子产生这样的感受：“没认真听课都是因为我笨，爸爸

妈妈也觉得我很笨。”“别的同学都比我聪明。”“开小差都是我的错。”“我考试一定考不好。”父母指责性的话语只会让孩子产生消极情绪，进而感到自卑，对自己的学习不自信。

因此，父母在听到老师反馈说孩子上课总是注意力不集中、开小差时，首先要分析孩子为什么上课开小差。

- 1 孩子对老师讲的内容没兴趣，不能吸引他的注意力。
- 2 老师讲课枯燥乏味，孩子不喜欢。
- 3 孩子的理解能力差，反应慢，跟不上老师的讲课节奏。
- 4 孩子的注意力涣散，容易被突如其来的想法影响。
- 5 孩子的学习效率低，学习成绩不好，不喜欢学习。
- 6 家庭环境给孩子的情绪、心理造成了不好的影响。

综上，导致孩子上课开小差的原因有很多，有主观方面的注意力不集中、理解能力差、不喜欢学习，也有客观方面的老师讲课不能吸引孩子的注意力、孩子在家庭生活中遇到了不开心的事情。父母不要一听到孩子没有专心听课就把责任都归结到孩子身上，而应根据对孩子的了解和实际情况，让孩子意识到自己上课时的表现和这些表现可能带来的后果，父母可以这样说：

“最近老师反映说你上课的时候常常走神儿，你注意到了吗？”

“你觉得老师上课讲的内容怎么样？”

“你在上课的时候是不是忽然想起了什么重要的事情？能举个例子说说吗？”

“你是不是最近感到不开心？能跟爸爸妈妈说

说吗？”

“上课不用心，下课就要花更多的时间去补课。”

“上课听讲效率低，考试就会考不好。你一定也想考个好成绩吧？”

“上课前提醒自己把注意力全部放在课堂上，专心看老师的动作，专心听老师讲的内容。”

“上课时用心听，每个环节都有精彩的内容，其他事情都放在课后再去想。”

父母用关心、积极的话语和孩子沟通，帮孩子解决问题，孩子才会意识到上课注意力不集中的危害，进而有意识地改掉坏习惯，把注意力全部放在学习上。

课堂上回答问题不积极、没秩序

在课堂上老师要求孩子们发言时，常常会出现两种现象：有的孩子低着头、闷不吭声，一点儿发言的欲望都没有；有的孩子不等老师把话说完就从座位上跳起来，边说“老师，我——我——我”，暗示老师点名，甚至有的孩子干脆就把答案说了出来。

对于闷头不发言的孩子，父母就会着急地质问孩子：

“你上课怎么不爱回答老师的问题呢？听老师说，你们班某某总是积极回答问题，答得又快

又好。”

对于不举手就抢答的孩子，父母往往会不假思索地指责孩子：

“回答老师的问题时，你怎么就不知道举手呢？”

“你都把答案说出来了，别的同学连思考的时间都没有了！”

父母在引导孩子时，如果不考虑孩子的感受就直接批评孩子，孩子就会觉得“爸爸妈妈一点儿都不了解我，也不懂我的感受”“爸爸妈妈喜欢别人家的孩子”“我积极回答老师的问题也不对吗？爸爸妈妈真多事”。因此，父母在鼓励孩子积极回答老师的问题前，要先了解他们不愿回答或着急回答问题的真实心理。

孩子闷头不发言可能有以下原因。

- 1 老师问的问题有点儿难，孩子不会。
- 2 孩子不太确定答案对不对，担心回答错了会被同学嘲笑。
- 3 孩子觉得老师问的问题太简单了，懒得回答。
- 4 孩子性格内向，不喜欢在人多的场合讲话。

孩子不举手就抢答可能有以下原因。

- 1 孩子没有考虑其他同学的想法。
- 2 孩子举手了但没有被老师点名，有点儿着急，就直接把答案说出来了。

了解了孩子的真实心理后，父母可以根据孩子在课堂上的表现进行引导。

对于闷头不发言的孩子，父母可以这样说：

“最近听老师说，你在课堂上不爱发言，真的是这样吗？”

“即使答错了也没关系，老师会帮助你的哦！”

“只有积极回答，老师才能知道你对知识的掌握情况啊。”

“尝试在公共场合讲话，一次发言不好那就下次再来，你会发现发言其实没有想象的那么难！”

“如果你能积极主动地回答老师的问题，那老师一定会感到很欣慰。”

“用清晰的话语完整表达出你的想法，得到认可时会获得大家的掌声，你一定会喜欢这种感觉

的哦！”

对于不举手就抢答的孩子，父母可以这样说：

“老师说你回答问题积极又主动，但好几次都不举手就抢先回答了，是怎么回事呢？”

“换位思考一下，如果你还在思考怎么回答，而别的同学已经把答案说出来了，你的心情肯定烦躁又无奈，对不对？”

“如果大家都抢先回答，不遵守课堂纪律，那课堂就会乱作一团了！”

“只要举手了，老师都能看到，不要着急，总会轮到你发言的！”

“在大家都举手的时候，老师其实在观察谁更有耐心，你一定也想成为一个有耐心的人吧？”

“老师话音落后多思考几秒钟，举手后得到老师的允许再回答，老师喜欢遵守课堂纪律的孩子。”

父母通过以上话语引导和帮助孩子，孩子便会知道在课堂上回答老师的问题时，哪些是好的表现，哪些是不好的表现，并且会自觉遵守课堂纪律，积极地表现，从而更加热爱学习，表达能力也会得到提升。

听不懂，跟不上老师的讲课节奏

有的孩子上课时会出现听不懂的状况，因为听课效率直接关系到孩子的学习质量，所以父母一听到孩子说跟不上老师的讲课节奏、听不懂时，就会十分着急：

“上课没听懂，下课你不会主动问老师吗？”

“你怎么这么笨！别的同学都能听懂，为啥你听不懂？”

“这才上小学就跟不上了，以后可怎么办？”

“一堂课跟不上，后面节节都跟不上。”

当孩子听到父母带有责备的话语时，容易陷入自责又无助的境地：“别的同学都听懂了，只有我没听懂，一定是我太笨了。”“都怪我反应慢，理解不了。”“落下的功课该怎么补？”这时孩子也容易产生自暴自弃的想法：学习这么难，不如放弃算了。

父母的责备会给孩子带来消极的影响，不利于孩子的学习。所以，如果孩子出现在课堂上跟不上、听不懂的状况，父母不要总是责备孩子，不妨先关切地询问一下孩子听不懂的原因，看看问题到底出在哪里。

“老师在课堂上讲的内容你能听懂吗？能不能跟上老师的讲课节奏？”

“你可以先说说是听不懂还是没搞清楚？”

“哪些内容听懂了，哪些内容没听懂？”

“是不是上课的时候走神儿了？”

“是老师讲得太快了，你没跟上吗？”

“上课之前预习了吗？”

然后，父母再根据孩子的回答逐步进行分析。

1 如果孩子是整堂课都没听懂，认为老师讲的内容都太难了，那通常是因为没有提前预习。

2 如果孩子只是有部分内容没听懂，那可能是因为：第一，孩子在听课的过程中走神儿了，导致后面的内容没跟上；第二，旧知识没学透彻，导致上课遇到难以理解的内容，进而听不懂、跟不上；第三，孩子对所学的知识，还没有构建起知识框架。

分析完原因后，父母可以尝试这样对孩子说：

“今天的课可能有点儿难度，别怕，我们现在抓紧复习一下，也能赶上进度。”

“对于较难的科目，一定要提前预习。这样上课的时候就能顺利很多哦！”

“上课的时候要专心致志地听老师讲课，有些分心时就提醒自己赶快把思绪收回来。”

“上课时遇到似懂非懂的问题，记得做好标注，等下课后仔细研究。”

“对于课堂上没听懂的内容，一定要举手问老师，或下课后请教老师。不要怕麻烦老师，比起落下课程、学习成绩变差，请老师再讲一遍及时补救要好太多！”

“大多数同学都只能接收课堂上90%的内容，剩下的10%需要课后巩固。所以课后需要更加勤奋地

复习。”

孩子听到父母鼓励的话语，就能避免被消极情绪所困扰，积极地面对并及时补救落下的课程，不至于耽误学习。

Chapter2 引导孩子自主学习的话术

认真预习，听课时才会充满期待

孩子做完作业后，父母都希望孩子能花十几分钟预习一下第二天的课程，可孩子要么是翻开课本看一眼应付差事，要么就是跑去玩了。面对孩子忽视预习甚至不喜欢预习的情况，父母常常会苦口婆心地说：

“让你预习是为了提高听课效率，都是为了你好！”

“课前不预习，课上听不懂能怪谁？”

“不想预习可不行，这事没得商量！”

“预习怎么就耽误你玩了，难不成我们还会害你吗？”

“让你预习功课是为了培养你的自主学习能力，对你只有好处没有坏处！”

以上话语会带给孩子这样的感受：“爸爸妈妈天天逼着我预习，真烦人。”“我不知道该怎么预习。”“既要写作业又要预习，学习可真累。”“预习能有多大效果，我才不想浪费时间呢。”

尽管我们知道预习对孩子的学习有诸多好处，比如可以提高孩子的听课质量，让孩子养成自主学习的好习惯，但孩子不了解、不主动预习仍然起不到任何作用。所以，父母与其督促、强行要求孩子预习，不如先了解孩子的真实想法，找一找孩子不愿意预习的原因。

1 孩子认为没有必要预习，反正第二天上课老师都会讲。

2 孩子不知道该怎么预习，之前的预习体验不仅没起到作用，还占用了很长时间，孩子觉得预习占用了他的玩耍

时间。

3 孩子完成作业后感到疲惫，没有精力去预习。

4 孩子本身对学习的兴趣不高，更加排斥花时间预习。

根据以上分析，父母在提醒孩子预习之前，可以想一想怎么用引导的口吻，告诉孩子预习的好处和方法，父母可以这样说：

“我看你对预习的积极性不高啊，你是觉得预习占用了玩耍的时间吗？”

“跟爸妈说说，你觉得没必要预习的理由是

什么。”

“预习不会占用太长时间的，用十几分钟了解下即将要学习的内容，第二天听课的时候就会顺利很多，实际上是节约了时间。”

“不要把预习想成是一件很复杂的事情，做到了解要学哪些内容就可以了。”

“预习的时候能发现很多不懂的问题，你一定也想带着好奇心去听课吧？”

“提前预习是一个好习惯，学会预习以后你的学习效率就会有所提高。”

“正是因为你的学习情况不太好，基础薄弱，所以更要提前预习，这叫‘笨鸟先飞’。”

“今天做完作业还有时间，你想用十几分钟预习一下明天的知识吗？”

父母告诉孩子预习的好处，孩子内心认同预习的作用，才不会排斥预习；父母还要告诉孩子预习要达到什么样的效果，孩子才能积极主动地预

习。另外，父母要根据孩子的学习情况，比如时间、精力以及孩子对所学科目的基础情况，让孩子有针对性地预习，才能真正达到预习的效果和目的，孩子也会对第二天的听课充满期待。

及时复习，一个知识点也不漏

上完课后，孩子如果不及时复习，在课堂上学到的知识就会随着时间的流逝而被慢慢遗忘，等到要用或考试的时候，就会常常出现某个知识点似曾相识却怎么也想不起来的情况，导致的结果就是考试考不好，学了等于没学。孩子不及时复习，父母更是着急。

“你成天就知道玩儿，怎么不想想哪门功课还需要复习一下？”

“写作业之前要先复习，难怪你写作业速度慢！”

“快考试了，都不知道复习一下吗？”

“你能保证复习一次就全掌握了吗？”

“能不能自己复习，不要什么都依赖爸妈吗？”

听到父母这样说，孩子会想：“我本来想抽时间复习的，可被爸爸妈妈批评了，复习的心情都没有了。”“我不想复习，反正爸爸妈妈每天都只看到我玩儿。”“我不知道该怎么复习，又要多花好多时间。”“复习了还是记不住，不如不复习。”可以看出，父母着急的情绪反而会加重孩子不想复习的心情。所以父母在提醒孩子复习前，不妨先找找孩子不喜欢复习、不能坚持复习的原因。一般常见原因有以

下5点。

- 1 孩子感觉上课的时候已经学得很好了，没必要复习。
- 2 孩子觉得做作业就相当于复习，没必要再花时间做重复的事，多此一举。